



Internationale Faculteit Psychocurientief Studiecentrum

*Een alternatieve benadering van mensen
met bestaansvragen en moeilijkheden*

LevensFilosofie Vandaag

Marijke Sluiter	: Dankbaarheid	pag 1
Arnold Spijker	: (Levens)Hoop	pag 4
Jos Debreczeny	: Antikrimp? Van Onderop.	pag 7
Greet Snel	: BELEID VOOR HET "BELEID" OF VOOR DE MENS".	pag 10

Dementie

LevensFilosofisch Nieuws Vandaag



Auteur: Marijke Sluijter

April 2016

Dankbaarheid

DANKBAARHEID.

Sleutel naar gezondheid en verbinding.

“Netjes dank je wel zeggen hoor!”

We voeden onze kinderen allemaal met deze gewoonte op, vaak zonder ons te realiseren hoeveel wijsheid erachter schuil gaat. Dankjewel zeggen **verbindt gever en ontvanger**, vooral als het niet blijft bij de conventionele beleefdheid, maar **doorleefd en gevoeld** wordt. Het is de weg naar gezondheid en geluk.

Onlangs kocht ik bij Fair Trade een gele tas van gevlochten stro. Als je de tas in elkaar klapt wordt het opeens een mand. Vol bewondering volg ik de dunne reepjes die samengevlochten zo’n sterke draagkracht opleveren. Als ik de tas gebruik denk ik wel eens aan de vaardige vingers die dit kunstwerkje gemaakt hebben. Ik vraag me dan af wie het is geweest, of die persoon

kinderen heeft, waar hij of zij woont, in welke omstandigheden de tas is gemaakt, Het is eigenlijk een beetje raar dat ik niet gewoon even een briefje kan schrijven met een bedankje.

Als je het goed beschouwt is dat zo met alle dingen die je dagelijks koopt. Ik heb geen idee wie er allemaal voor gezorgd hebben dat ik nu die kop thee voor mij heb staan, De theeplukker, de mandenmaker, de vrachtwagenchauffeur, de mensen in de drogerij, de verkopers, de mensen van de watervoorziening, de elektriciteit, het staal voor de theeketel, mijn mok, er zijn heel veel handen aan te pas gekomen.

Ooit stond er, in het wasmerkje van een rok die ik kocht, met balpen, twee namen geschreven: Claudia en Cindy. Dat vond ik leuk: een teken van leven uit een anonieme stroom van goederen; mensen die als bij

toverslag zomaar bestaan.

GEZOND.

Je dankbaarheid tonen is heel gezond. Voor degene die iets voor je gedaan heeft is het fijn om zich **gewaardeerd** te weten, dat geeft een goed gevoel. Iemand die zich goed in zijn vel voelt, heeft een betere kans gezond te blijven of snel te genezen. Minder bekend is het, dat een gevoel van **dankbaarheid ook heel gezond is voor degene die zich dankbaar voelt.**

Dankbaarheid voelen maakt dat het hart coherent gaat kloppen met het brein. Dat maakt dat het lichaam en de mind zich openen, verkrampingen oplossen en dat dan alle lichaamsfuncties optimaal hun werk kunnen doen, Tijdens een moment van dankbaarheid is er geen stress: een coherent hartritme brengt het **emotionele brein tot rust.**

LevensFilosofisch Nieuws Vandaag



Auteur: Arnold Spijker

April 2016

(Levens)hoop

Levenshoop

Hoop is een positieve verwachting, zoals Vrees een negatieve verwachting is. Hoop richt zich op een leefbaarheid in de toekomst. “Waar leven is, is hoop”, luidt dan ook het spreekwoord.

In een moeilijke of traumatische levenssituatie kan men niet zonder hoop. Men moet vertrouwen hebben op een andere of betere toekomst. Lukt het niet dat vertrouwen te ontwikkelen dan wordt de huidige situatie onleefbaar.

Zoiets geldt meer in het bijzonder bij (ernstige) ziekten. Hoop en vertrouwen zijn daar

voorwaarde.

In de psychocurieuwe praktijk zullen we altijd letten op het behandelingsvertrouwen. Heeft iemand die ziek is vertrouwen in de behandeling en behandelaar?

Indien niet het geval is, is er zeker aanleiding de reden daarvan nader te bespreken.

Je kunt je voorstellen dat als er juist achterdocht of wantrouwen is, een behandeling dubieus kan zijn. Een operatie of wat dan ook beginnen zonder vertrouwen? Misschien eerst eens uitspreken waar men aan twijfelt. Zo'n wantrouwen hoeft natuurlijk niet per definitie met de behandelaar te maken te

hebben. Dit wantrouwen kan ook een existentiële reden hebben. Bestaat er ergens (levens)angst voor?

Een curientief gesprek heeft regelmatig dit soort existentiële invalshoeken.

Prof. Van Essen noemde als echte oorzaak van problemen de levensfilosofische hapering daarachter. Met andere woorden er komt een gesprek over iemands levensfilosofie.

Ons levenslot is uiteindelijk altijd een raadsel. Daarbij is hoop hebben dan ook een kwestie van keuze. Juist omdat wij niet weten wat ons lot brengt, kunnen we desondanks voor de hoop kiezen. Volgens mij is het daarom niet aangewezen iemand de hoop te ontnemen. Als iemand (ongevraagd) te horen krijgt, je hebt nog drie maanden te leven. Wat zeg je dan eigenlijk? Hoe zeker kunnen we hiervan zijn? Staat dit werkelijk voor 100% vast? Ik vind natuurlijk niet dat je iemand valse illusies mag geven, maar aangezien ons levenslot een raadsel is adviseer ik voorzichtigheid.

Allicht zal hier een medisch

spanningsveld zijn tussen eerlijkheid en hoop.

Het is hopen op een wonder.

Hoop is desondanks minder irrationeel dan ze lijkt. Immers, wonderen bestaan, heel soms. Zoals mensen die tegen iedere verwachting in herstellen.

Ik denk dat het zinnig is bij medisch ingrijpende situaties tevens een gesprek met pastor, therapeut of curientoloog te hebben. Dit omdat er naar mijn mening aan ieder ernstig medisch dilemma een existentieel aspect zit.

In de psychocurientie wordt in de praktijk gekeken naar de levensanimus van de mens. Levensanimus als zin in het leven.

Valt de hoop in iemands leven weg dan heeft dit effecten op zijn levensanimus.

We zullen in het gesprek ons richten op de levenshoop.

Doordat ons levenslot onduidelijk is, blijft er altijd hoop, hoe miserabel de omstandigheden ook zijn.

Spontane genezingen bij ernstige ziekten zijn een voorbeeld voor zo'n situatie.

Misschien is een beter uitgangspunt te vragen hoe iemand zelf de situatie ziet en waarom? De antwoorden die men geeft existentieel uit te diepen.

Teleurstelling

Een situatie waar de positieve verwachting niet uit blijkt te komen of tegenviel kan leiden tot teleurstelling.

Zo kan een bepaalde behandeling niet leiden tot de gewenste genezing, ondanks alle hoop daarop. Ondanks, wellicht alle inzet van de mens zelf.

Zo'n niet vervulde verwachting kan zelfs tot frustratie leiden.

Een tegenvallende kan tot deceptie worden.

Iedereen krijgt in zijn leven met teleurstelling te maken.

Een baan die je verliest. Een relatie die verbroken wordt.

Hoe ga je hiermee om?

Teleurstelling kan ook te hoog gestelde verwachting als

oorzaak hebben.

Een mate van relativiseren van wat je verwacht is reëel.

Je hebt geen invloed op het handelen en denken van een ander, maar je hebt wel invloed op het handelen en denken van jezelf.

Een teleurstelling moet ook altijd verwerkt worden.

In onze praktijk zullen we altijd de hoop centraal stellen en zo proberen de zin in het leven te houden. Zonder zin in het leven zijn de verwachtingen lager.

Tegelijkertijd hebben we het over:

Het Carpe Diem, Memento Mori en Memento vivere.

Niets is vanzelfsprekend in het leven en bij grenssituaties is het belangrijk om gesprekken hierover niet uit de weg te gaan.

Arnold

LevensFilosofisch Nieuws Vandaag



Auteur: Jos Debreczenyr

Arpil 2016

ANTIKRIMP? VAN ONDEROP.

ANTIKRIMP? VAN ONDEROP. De bewustgeworden, mondige burger.

Na de wederopbouw van Nederland na de Tweede Oorlog welke gepaard ging met een hoge nataliteit zijn we nu in een periode gekomen waar de nataliteit en de mortaliteit in een andere verhouding tot elkaar zijn gekomen. We duiden dit steeds meer aan met het begrip “krimp”. Een van de kenmerken van deze opbouw was de ontwikkeling van onze verzorgingsstaat, een staat die ons “verzorgde van de wieg tot het graf”. Al voor alle versoberingen die in de laatste jaren zijn doorgevoerd was dit al een onderwerp van discussie. Het pijnlijke is dat deze

bezuinigingen nu gekoppeld worden aan **krimp**. Een situatie die al lang van tevoren te voorzien was en kunnen we zeggen eerder leidt tot een “normalisering” van onze maatschappij. Het inspelen hierop vraagt om een herzien van onze uitgangspunten die tot nu toe golden voor een maatschappij die alleen op **groei** gebaseerd was.

Het gevolg van deze ontwikkelingen is dat de **voorspelde groei** op allerlei terrein niet die vorm aanneemt dan dat men veronderstelt had en **nu** leidt tot verschraling van onze maatschappij. Openbaar vervoer, onderwijs, gezondheidsvoorzieningen, sociale en culturele voorzieningen worden steeds minder en steeds

minder belangrijk geacht. De burger dient zelf organisaties, verenigingen op te zetten om deze in stand te houden, **maar wellicht ligt daar ook de kracht van de zich verantwoordelijk voelende burger voor zijn eigen stad en regio. Anticiperen op deze kracht van de zich-bewust-zijnde-burger kan leiden tot een burgerlijke democratie die weer wordt tot een echte democratie.** Kortom: we dienen ons weer in te zetten voor de **sociale cohesie** in onze leefwereld.

Een aantal gebieden in Nederland zijn aangewezen als officiële krimpgebieden en daar zijn gelden voor beschikbaar gesteld om tot impulsen tot terugdringing van deze krimp te komen.

Wij betogen dat “geld alleen niet voldoende is”:, wel het faciliteren van **onderaf** Zo heeft prof.

Maarten van Rossem en als reactie daarop gedeputeerde Johannes Kramer daarover zinnige dingen gezegd.

We kunnen blijven hangen in de constante herhaling van de bedreigingen van krimp Maar wij denken dat er ook een positieve benadering mogelijk is: **het denken in termen van kansen.**

Een denken dat erop gericht is dat “de mens van brood alleen niet zal

leven”, maar dat ook de sociaal/ culturele activiteiten in de maatschappij van fundamenteel belang zijn.

Deze wijze van benadering willen we omschrijven als een **creatieve benadering** die de problemen ons voorleggen. Maatschappelijke problemen waar ook de krimpregio’s vandaag de dag gesteld worden als bijvoorbeeld het huisvesten van **statushouders** en opvangen van vluchtelingen. Zo kan met name de huisvesting van statushouders –wellicht- in krimpregio’s leiden tot een **positieve impuls** door onder meer het benutten van hun capaciteiten, kennis en ervaringen. Ook het kleinschalig huisvesten zou kunnen leiden tot een betere integratie van hen die als statushouders hier de toekomst opnieuw willen opbouwen.

Antikrimp is mogelijk door zelf bewust met de problemen van de betreffende regio’s bezig te zijn. Het gaat dan om fundamentele vragen die de burger zich stelt over zijn woon-en leefomgeving. Een omgeving die er toe zou dienen te leiden dat er een **geestelijk en gezond leefklimaat** ontstaat, ingericht door burgers die **eigen verantwoordelijkheid dragen voor deze woonomgeving.**

Wij zouden graag in dialoog treden

met u over deze problematiek, waar u ook woont in Nederland.

Ideeën, suggesties bij de een bedacht zouden een stimulans kunnen zijn voor andere krimpregio's en steden. Zo zouden verbindingen tot stand kunnen worden gebracht die niet meer onderling de term **krimp** gebruiken in de gesprekken maar **spreken over mogelijkheden die tot een veilig gevoelde woonomgeving leiden.**

Reageren? Graag!

debreczeny.jozsef35@gmail.com

[en greesnel@gmail.com](mailto:greesnel@gmail.com)

LevensFilosofisch Nieuws Vandaag



Auteur: Greet Snel

April 2016

BELEID VOOR HET “BELEID” OF VOOR DE MENS”.

INLEIDING

Het “begrip” **krimp** waart momenteel rond in ons land.

Het zijn vooral de periferische gebieden die daar onder heetten te leiden.

Het noorden van Groningen, het noordelijk deel van Friesland, Zeeland, de Achterhoek hebben met deze problematiek te maken. Het zijn de gebieden die door afname van velerlei zaken niet meer tot gewenste woon- en leefgebieden gerekend worden.

Met andere woorden: deze gebieden vergrijzen, in een rap tempo, het “ontzorgt”, “ontgroent”. De bevolking neemt jaarlijks onrustbarend af, de hoog opgeleide mensen dreigen het gebied te verlaten. Ook de werkgelegenheid neemt in versneld tempo af in deze gebieden. De infrastructuur verandert en het

aantal voorzieningen neemt af. Al met al lijkt het niet iets om blij te worden, maar toch....

POSITIEF DENKEN

“Krimp” wordt veelal beschouwd als een negatief gegeven, maar is dat wel zo. Zou er ook niet van uitgegaan kunnen worden van “kracht” juist omdat onze leefomgeving **onzelf** aangaat en dat we daarom ook eigen verantwoordelijkheid dragen voor onze woon-leefomgeving.

We leven “niet van brood alleen” neen: want ook het sociaal/culturele leven is in de samenleving van belang. Het is deze creatieve wijze van benaderen die kan leiden tot een verrijking van ons leven in een “krimpgebied”. We zouden daarom ook kunnen denken vanuit innovatie en efficiëntie. Denken vanuit **zelfsturende gemeenschappen**.

ZELFSTURENDE GEMEENSCHAPPEN

In onze participatie maatschappij waarin door allerlei bezuinigingen - veroorzaakt naar het heet door “krimp” versoberingen plaatsvinden - zou het een boeiende gedachte kunnen zijn om “kleine gemeenschappen” in krimpgebieden meer **gemeenschappelijke verantwoordelijkheden** te geven op bijvoorbeeld het gebied van zorg, onderwijs en sociaal/culturele voorzieningen.

Door samenvoeging en fusering van gemeenten komen de gemeentebesturen naar het lijkt steeds verder van de burger af te staan. We zien dan ook in “krimpgebieden” dat er niet alleen de bevolking naar de centrum gemeenten wordt getrokken waardoor het “platteland” ontvolkt, maar dat ook de kleinschalige industrie en werkgelegenheid, die werk verschaft aan menig inwoner, door allerlei regels en regelgeving naar deze centrumplaatsen worden verplaatst waardoor door deze verdwijning van werkgelegenheid de leefbaarheid teniet wordt gedaan op velerlei terreinen in deze gebieden. Het is deze ontvolking die uiteindelijk op ieder terrein zichtbaar wordt.

Ongeacht in welke streek in Nederland.

Burgerparticipatie zou deze leemte

op kunnen vullen. “Krimp” vraagt om een **bestuursmodel** dat dichtbij de inwoners staat. Een bestuursmodel uitgaande van de lokale en regionale situatie van een landsdeel. Een bestuursmodel dat op basis van lokale en regionale omstandigheden en ontwikkelingen per geval een afweging maakt welke leidt tot een versterking van de **bestuurskracht**. Hiertoe zouden commissies samengesteld dienen te worden die zich bezighouden met bijvoorbeeld: groenbeleid, welzijnswerk –denk daarbij aan kinderopvang – straatinrichting en verantwoorde rijroutes door de woonomgevingen. Het zijn deze **“zelfsturende commissies”** die het oog en het oor zijn voor de lokale en regionale overheden. Zo kunnen zij verbinden, ondersteunen, regisseren niet alleen naar het “centrale bestuur”, maar ook en niet minder belangrijk, naar de omliggende zelfsturende teams.

GEMEENSCHAP

Het gaat erom om van **“onderop de zaak op de rails te krijgen”**. Leden van de gemeenschap –op ieder niveau- zullen daarvan deel uit kunnen maken, omdat juist zij de vragen en problemen kennen waarmee men in het dagelijks leven mee geconfronteerd wordt. Er wordt al wel het een en ander gedaan. Kleinschalige recreatieve projecten, attracties. Pogingen tot het

LevensFilosofisch Nieuws Vandaag



Auteur: Jos

Arpil 2016

DEMENTIE; EEN GEDICHT.

Enige tijd geleden werd ik uitgenodigd om een bijeenkomst van het Alzheimer-café bij te wonen.

Ik ging mee mede omdat ik een paar personen van oudsher kende.

Wat doet dat een verdriet als je dat meemaakt.

Ze vroegen me of ik misschien een lezing wilde houden over deze problematiek. Vanuit mijn professie mag dit geen probleem zijn, maar... ik aarzelde het voor deze groep te doen.

De voorzitter van het koor, een predikant en een zeer jong dementerende die ik allemaal kende op de een of andere manier uit ons actieve leven dat we met een aantal gedeeld hadden.

Ik stelde voor om regelmatig mee te gaan. Dan zouden we wel zien “hoe het zou gaan”.

Op een van deze middagen las iemand een gedicht voor – door haar zelf geschreven – waar zij op een innige wijze haar verdriet vertolkte.

Een gevoel dat velen kennen, ervaren en beleven die hiermee geconfronteerd worden.

(Met toestemming van deze mevrouw neem ik dit gedicht in ons tijdschrift “levensfilosofie Vandaag” op).

Het is daarom dat ik het hier plaats.

Een plaats waar het thuis hoort.

Als u wilt reageren, dat mag. Doet u dat dan via greetnel@gmail.com

Je ogen zijn leeg,
maar dan onverwachts.....
kijk je naar me en je lacht!

Ik pak je handen
en je speelt ermee
kijkt naar mijn vingers
en zegt: he

Je herkent iets, maar kan
het niet zeggen
en ik.....ik kan het je niet
uitleggen

We zitten samen stil
misschien is dit alles wat je wil?
Voor mij....een heel groot verdriet

Want je bent er wel.....maar
je bent er ook niet.

Ik hoop dat u hier het persoonlijke verdriet in herkent, maar ook de oprechte liefde en bezorgdheid die daaruit spreekt.

Ook dit prachtige gedicht van Ida Gerhard wil ik u niet onthouden.

zeven maal om de aarde gaan
als zou het moeten op handen en voeten
zeven maal om die een te groeten
die lachend te wachten zou staan
zeven maal om de aarde gaan

zeven maal over de zeeën gaan
schraal in de kleren, wat zou het

mij deren
kon uit de dood ik die ene doen keren
zeven maal over de zeeën gaan
zeven maal, om met zijn tweeën te staan.

Een prachtig gedicht vol van symboliek.
Zeven een getal met diepe diepte. Een
“heilig” getal.

Een woord vol vergevings gezindheid, vol
met oprechte liefde en diepe rouw om dat
wat we
kwijt geraakt zijn.

Zeven maal zeven. Een hoopvolle
uitspraak, juist door alle verdriet en
ellende heen.

Een gedachte om verder mee te mogen
leven.

Hoop dat deze gedichten voor u vol
betekenis mogen zijn.

Nederland: **Internationale Faculteit** - Seminarium voor Curientologie

Docent G. Snel

Frankrijk: **Centre d'Etudes Philosophique**

Sinds het overlijden van Prof. Dr. Jac van Essen en

Mw. Dr. J.L. De Savornin-Lohman VAKANT

Belgie: **PsychoCurientologisch Studiecentrum**

Docent A. Spijker

Duitsland: **Jac van Essen - Akademie - Uitgeverij**

Prof. Dr.Dr. A. Krinner

Copyright:

Internationale Faculteit

PsychoCurientologisch Studiecentrum